

Nestlé Baby & me webhelyen lett közzétéve (<https://www.nestlebaba.hu>)

[Kezdőlap](#) > [A járásfejlődés állomásai](#)

---

Cikk megosztása

X



## A járásfejlődés állomásai

*A járás képességének fejlődése, mint oly sok minden, gyermekenként eltérő mértékben zajlik, akár hónapos eltérések is lehetnek gyermekenként abban, hogy mikorra érnek el egy-egy mérföldkövet. Cikkünkben végigvesszük azt az utat, amit kisbabád bejár (átvitt és szó szerinti értelemben is), míg magabiztos tipegő válik belőle.*

<https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai> <sup>[1]</sup>

[\\_ \[2\]](#) [\\_ \[3\]](#) [\\_ \[4\]](#)



## A járásfejlődés állomásai

*A járás képességének fejlődése, mint oly sok minden, gyermekeként eltérő mértékben zajlik, akár hónapos eltérések is lehetnek gyermekeként abban, hogy-mikorra érnek el egy-egy mérföldkövet. Cikkünkben végigvesszük azt az utat, amit kisbabád bejár (átvitt és szó szerinti értelemben is), míg magabiztos tipegő válik belőle.*

2019/05/20 16:39

- <sup>[5]</sup>
- [Nyomtatás](#) <sup>[1]</sup>
- [Megosztás](#)

A mozgásfejlődés az egyik legkönnyebben nyomon követhető változás kisbabád első 18 hónapja alatt. A folyamatos gyakorlással a kezdetektől fogva edzi kis izmait, hogy minél ügyesebben, immár két lábon egyensúlyozva vágasson neki az ismeretlennek.

Körülbelül 9 hónapos korára babád nagy valószínűséggel már kúszó-mászó „üzemmódra” váltott, sebesen szeli át négykézláb a lakást újabb izgalmakat keresve. Ilyenkor még elképzelni sem tudod, hogy kisbabád nemsokára el fog indulni! Pedig hamar - lépésről lépésre - eljön ez a pillanat is.

### **A járástanulás folyamata a következő 7 pontban foglalható össze:**

Általános fejlődési ütemben haladó gyermekeket alapul véve tüntettük fel a hónapokat. Természetesen előfordulhat, hogy korábban vagy később ér el egy teljesen egészséges baba bizonyos lépcsőfokokat, viszont az megállapítható, hogy ezek az állomások (a gyermek korától függetlenül) egymás után, egymásra épülve következnek.

1. 8-10 hónapos kora körül gyermeked **feláll**. Ezt a mutatványt először általában a kiságy rácsaiba (vagy bármilyen bútorba) kapaszkodva adja elő. Ilyenkor már eléggé megerősödtek a karjai a sok kúszás-mászás gyakorlásától, ezért tudja felhúzni magát olyan ügyesen. Kicsit élvezkedik kiegyenesedve, esetleg rugózik párat, majd – jobb esetben – visszahuppan a fenekére, de az is előfordulhat, hogy eldőlj, mint egy zsák krumpli. Légy résen! Biztonsági védőhálók, puha rácsvédő, párnák, szőnyeg mindig legyen a közelben.
2. Három-négy héttel az első felállást (és sok borulást) követően, kb. 9-11 hónapos korában megtanulja, hogy kell állásból leülni. Ilyenkor fel tudsz lélegezni egy kicsit, hiszen egy fokkal biztonságosabbá vált a helyzet! Segíthetsz neki begyakorolni ezt a mozgulatsort úgy, hogy állás közben megmutatod, érezteted vele azt, hogyha egy kicsit behajlítja a lábát, akkor biztonságosabb lehet a földetérés is.
3. Hat-nyolc héttel azután, hogy felállt, kb. 10-12 hónapos kora között már **oldalazva jár** a bútorok mentén kapaszkodva. Így tanulja meg, hogyan kell biztonságosan áthelyezni a testsúlyát egyik lábáról a másikra, míg a másikkal oldalra lépeget. Ha eddig még nem tetted volna meg, akkor most jött el az ideje, hogy minden nagyobb bútort a falhoz rögzíts, a sarkokat sarokvédővel lásd el és a fiókokat, szekrényeket is bababiztossá varázsold!
4. 11-13 hónapos kora között a következő előrelépés, **az előre lépés**. Megtanul úgy kapaszkodva járni, hogy közben már nem oldalra, hanem előre felé lépeget.
5. 12-14 hónapos korban rájön arra, hogy milyen jó móka, ha úgy **jár, hogy valamit közben tol maga előtt**. Itt érdemes megjegyeznünk, hogy nincs szükség drága segédeszközökre, amik úgy hirdetik magukat, mint járást elősegítő, a folyamatot felgyorsító szerkezetek. A bébikompi például minden fórum, minden szakember szerint kifejezetten káros, ezért kerülje a használatát! A tologató játékok, játékasztalok azonban nem ártalmasak - igaz, csodát sem várhatunk tőlük -, ha kedveli ezeket gyermeked, nyugodtan használjátok, hiszen jó elfoglaltságot biztosíthat számára.
6. Közvetlenül a járás előtti szakasz, mikor 12-15 hónapos korában megtanul magától, **segítség nélkül felállni, és egy helyben állni** elborulás nélkül.
7. 13-16 hónaposan aztán egyszerűen magától megteszi az első lépéseit, ami általában az egyik kapaszkodótól a másikig tart. Utána hetekig ezt tökéletesíti, míg a végén összeköti az egyedül állást az egyedül járással.

A sok gyakorlás, lépegetés, kapaszkodás teszi lehetővé, hogy kialakuljon az egyensúlyérzéke, hogy megszokja a különféle terepeket, padlókat, ehhez pedig – nincs mese – sok önálló gyakorlásra van szüksége.

Egy-két hasznos tipp gyermeked motiválásához:

- Biztasd, énekelj, verselj sokat, tapsold meg, ha új dolgot tanult, hadd legyen büszke magára! Ezáltal erősíted benne a siker élményét is.
- Segíts neki felfedezni a világot, engedd, hadd próbálkozzon lépcsőzni, veszélyesnek tűnő terepet, domboldalt, egyenletlen felületeket (avart, kavicsokat, fűvet) bebarangolni. Természetesen védőangyalként ilyenkor mindig légy a nyomában, óvd a balesetektől, ne hagyd felügyelet nélkül!
- Fontos a megfelelő lábbeli! Egy jó cipellő egyik legfontosabb ismérve a lábat, bokát megtartó tulajdonsága, amely elengedhetetlen járni tanuló csemetéd számára.

Tovább [6]

# Fehérje az anyatejben

- Egészséges fehérjebevitel a baba növekedéséhez
- Egészséges fehérjebevitel a babám súlyához
- Fehérje min?sége és mennyisége
- Fehérje szerepe a baba növekedésében és fejl?désében
- Fehérje szerepe az allergia ellen
- Gy?ztes formula

Drupal alapú webhely

---

**Forrás webcím:** <https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai>

## Hivatkozások

[1] <https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/baba-jarasfejlodes-min.jpg&description=A járásfejl?dés állomásai](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/baba-jarasfejlodes-min.jpg&description=A%20j%C3%A1r%C3%A1sfejl%C5%91d%C3%A9s%20%C3%A1llom%C3%A1sai&u)

[3] <https://twitter.com/share?text=A%20j%C3%A1r%C3%A1sfejl%C5%91d%C3%A9s%20%C3%A1llom%C3%A1sai&u>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaba.hu/jarasfejlodes-allomasai>

[5] <https://www.nestlebaba.hu/printpdf/54846>

[6] <https://www.nestlebaba.hu/javascript%3A%3B>